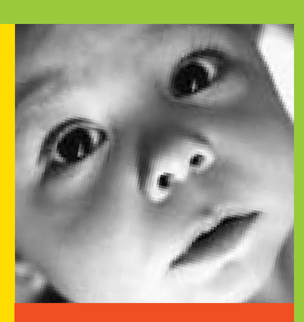
1. bis 3.

Lebensjahr

# Körper, Liebe, Doktorspiele



BZgA
Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung

Ein Ratgeber
für Eltern
zur kindlichen
Sexualentwicklung
vom 1. bis zum
3. Lebensjahr




*Impressum*

*Herausgeberin:*
*Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), Abteilung Sexualaufklärung, Verhütung und Familienplanung*
*Postfach 91 01 52*
*51071 Köln*
*http://www.bzga.de*

*Autorin:*
*Ina-Maria Philipps, Düsseldorf*

*Konzeption und Gestaltung:*
*Kontrapunkt*
*Studio für Grafik-Design, Düsseldorf*

*Druck:*
*Degensche Druckerei*
*Auflage: 5.100.9.03*



*Diese Broschüre ist kostenlos erhältlich bei der BZgA, 51101 Köln*
*Fax: 0221/8992-257 oder unter order@bzga.de*

*Bestell-Nr.: 13660100*







# Einführung

## Worum es in dieser Broschüre geht.

Ziel dieser Broschüre ist die Darstellung der psychosexuellen Entwicklung eines Kindes von der Geburt bis zu seinem sechsten Lebensjahr. Sie ist entsprechend dem Lebensalter in zwei Teilbände gegliedert: Im vorliegenden ersten Band wird das erste bis dritte Lebensjahr behandelt, im zweiten das vierte bis sechste. Wenn Sie unter der entsprechenden Lebensphase nachschlagen, sollten Sie allerdings berücksichtigen, dass Kinder sich nicht immer der vermeintlichen Norm entsprechend entwickeln. Es handelt sich also eher um ungefähre Angaben. Insofern kann es für Sie sinnvoll sein, genauso in den vorhergehenden und nachfolgenden Kapiteln zu blättern, weil Sie auch dort hilfreiche Informationen zu bestimmten Verhaltensweisen Ihres Kindes finden könnten.

In der Broschüre werden mit der psychosexuellen Entwicklung zusammenhängende Situationen beschrieben, in denen Sie Einfluss auf das Körpergefühl und auf die Liebesfähigkeit Ihres Kindes nehmen können. Grundlage der nachfolgenden Darstellungen und Empfehlungen sind die wenigen empirischen Untersuchungen zu diesem Thema, langjährige Erfahrungen in der Eltern- und ErzieherInnenberatung sowie eigene Beobachtungen. Es muss betont werden, dass in diesem Feld WissenschaftlerInnen, PädagogInnen und Eltern zu vielen Aspekten erst vorläufige Antworten gefunden haben bzw. geben können und dieser Ratgeber deshalb bei allem Bemühen um eine möglichst objektive Behandlung des Themas immer auch subjektive Entscheidungen enthält – so wie Sie als Mutter oder Vater sie ebenfalls immer wieder situativ treffen müssen. Die Broschüre möchte Ihnen zeigen, wie Sie die Entwicklung Ihres Kindes auch im Bereich der Sexualität bewusst fördern und damit die Sexualerziehung in der Familie verantwortlich gestalten können.

Viele Untersuchungen zeigen jedoch, dass trotz aller gewonnenen Offenheit im Umgang mit Sexualität in den vergangenen Jahrzehnten immer noch eine gewisse Scheu herrscht, sich als Elternpaar etwa darüber zu verständigen, mit welchen Begriffen beide die Geschlechtsteile ihrer Tochter bzw. ihres Sohnes benennen wollen oder wie sie mit der Neugier ihres Kindes umgehen sollen.



## Sexualität schon bei kleinen Kindern?



Wenn man Erziehungsratgeber oder Fachbücher zur Entwicklungspsychologie durchblättert, kann man feststellen, dass der Aspekt der Sexualität von Säuglingen und Kleinkindern kaum oder überhaupt nicht behandelt wird – auch in unserem „aufgeklärten" Zeitalter herrscht eine auffällige Tabuisierung dieses wichtigen Teilbereichs menschlicher Entwicklung. Nach gängigen Vorstellungen ist Sexualität etwas für Jugendliche und Erwachsene. Kinder gelten demgegenüber als „unschuldig", ihre lustvollen Äußerungen werden nicht als sexuelle interpretiert.

Doch diese Trennung von Zärtlichkeit, Sinnlichkeit und Sexualität gibt es bei Kindern nicht! Sie erleben sowohl das Schmusen, Kuscheln und Matschen als auch die Berührung ihrer Genitalien oder das Kitzeln am großen Zeh als lustvoll und sinnlich. Die Erfahrungen, die im zärtlichen Kontakt mit den Eltern und anderen Menschen und mit sich selbst gemacht werden, sind sexuelle Lernerfahrungen, denn sie schaffen ein bestimmtes Körpergefühl und fördern Beziehungs- und Liebesfähigkeit. Das Kind erlebt sich im Laufe der Zeit zunehmend mehr als Mädchen oder Junge,

entwickelt Selbst-Bewusstsein und wird in all seinen Sinnen angeregt. Wo eine derartige liebevolle und anregende Atmosphäre nicht vorhanden ist, bleiben **Lern- und Erfahrungsmöglichkeiten** ungenutzt, die Sinnlichkeit des Kindes kann verkümmern.

Diese Zusammenhänge sind vielen Eltern nicht bewusst, und es bestehen immer noch große Unsicherheiten darüber, was ein kleines Kind braucht und ob es nicht auch zu viel Zärtlichkeit oder Stimulation gibt, die das Kind „verderben“ könnten. Im Folgenden sollen daher verschiedene Situationen und Herausforderungen vorgestellt werden, auf die Eltern oft ganz unbewusst reagieren. Es ist ihnen dabei verständlicherweise gar nicht klar, dass ihr Verhalten langfristige Folgen für die psychosexuelle Entwicklung ihrer Tochter bzw. ihres Sohnes haben kann, vor allem, wenn diese über einen längeren Zeitraum damit konfrontiert werden. Dies wird am besten an einem Beispiel deutlich: Die meisten Erwachsenen sprechen bereits mit dem Neugeborenen, obwohl es ihre Worte noch nicht verstehen kann. Aber intuitiv erahnen Väter und Mütter, wie wichtig das Sprechen für einen guten Kontakt zwischen Kind und Eltern (oder anderen Bezugspersonen) ist. Das Kind fühlt sich durch die Stimme ebenso geborgen wie durch das Wiegen und Drücken, es ist wie ein Band zwischen ihm und der Außenwelt.





## Beim Benennen und Liebkosen gibt es feine Unterschiede!

In Bereichen, die mit Sexualität zu tun haben, ist immer wieder festzustellen, dass Eltern verunsichert sind und daher befangen reagieren. Es ist z. B. zu beobachten, dass bei der Pflege die Arme, die Nase, die Zehen, das Mündchen usw. benannt und oft auch spielerisch liebkost werden, dass dies aber auffälligerweise nicht bei den Genitalien, besonders nicht bei denen der Tochter, geschieht: die werden eher ausgespart bei der Benennung und Liebkosung. Dieser in der Regel unbewusste Akt hat jedoch Konsequenzen: Das Kind merkt sich nicht nur, dass sein Arm sein Arm ist, sondern auch, dass es einen namenlosen Bereich gibt, zumindest einen, der weniger intensiv und freudig wahrgenommen und gestreichelt wird als andere Körperregionen.

## Perfekte Lösung?

Der Wunsch nach einem bewussteren Umgang mit der kindlichen Sexualität setzt womöglich einige LeserInnen unter Druck, für eine bestimmte Situation möglichst immer eine perfekte Lösung finden zu müssen. Und „perfekt“ wird dann schnell gleichgesetzt mit „vollkommen natürlich und offen, locker und frei“. Doch die wenigsten Erwachsenen können von sich behaupten, in dieser Beziehung ohne jede Scheu, Hemmung oder Scham zu sein (was auch nicht das Ziel dieses Ratgebers ist). Vielmehr können die einen zum Beispiel mit Nacktheit sehr unbefangen umgehen, während andere ohne großes Herzklopfen darüber reden können, wie ein Kind gezeugt wird. Diese Fähigkeiten gilt es wahrzunehmen und auszubauen, ohne dass wir uns unter Druck setzen lassen, immer alles vorbildlich zu gestalten.



## Sexualerziehung in der Familie hat viel mit der eigenen sexuellen Geschichte zu tun.

Je nach unserer sexuellen (Familien-)Geschichte haben wir unterschiedliche Erfahrungen mit sexuellen Tabus gemacht: worüber man nicht spricht, wo man sich nicht anfasst, was sich nicht gehört, was als unanständig gilt… Das, was die Erwachsenen in frühen Jahren gelernt haben, konnte über die Begegnung mit guten FreundInnen und vor allem durch **gemeinsames Lernen** mit den PartnerInnen weiterentwickelt werden. Und so geben Mütter und Väter entsprechende Botschaften an ihre Kinder weiter – manchmal weil sie sie gut finden, manchmal vielleicht, aufgrund der eigenen Kindheit, entgegen dem eigenen Anspruch oder Selbstverständnis.



Das Erfreuliche ist, dass in dem Augenblick, da die eigenen Grenzen bewusster wahrgenommen werden („das fällt mir schwer“), schon der erste Schritt getan ist, diese Grenze ein bisschen zu erweitern. So kann es Gespräche zwischen den Partnern geben, in denen sie sich gegenseitig mitteilen, was ihnen leicht fällt und was ihnen jeweils Mühe macht, wo sie sich schämen, was sie dem bzw. der anderen eher zutrauen als sich selbst, wo sie sich gerne überwinden würden und wo sie deutliche Barrieren spüren, die wohl nicht überwindbar sind. Wenn die Kinder ein bisschen größer sind, kann eine Mutter oder ein Vater solche Hemmungen auch direkt ansprechen, indem sie (er) beispielsweise dem Sohn, der äußerst neugierig mit auf die Toilette gehen will, erklärt, dass sie (er) sein Interesse an den Ausscheidungsvorgängen zwar verstehen könne, sie (er) aber ungestörte Ruhe brauche und ihr (ihm) die Anwesenheit einer anderen Person unangenehm sei.

## Wir erziehen nicht immer optimal – und genau das ist normal!



Eltern glauben oft, sie schadeten ihrem Kind, wenn sie sich nicht pädagogischen Regeln entsprechend verhalten würden, und beachten dabei nicht ihre eigenen Grenzen. Aber was nutzt die schönste Verhaltensregel, wenn die Person, die sie gibt, nicht dahinter steht?! Im schlimmsten Fall spürt das Kind die Unglaubwürdigkeit und ist verunsichert. Um bei dem vorangegangenen Beispiel zu bleiben: Nähme die Mutter das Kind mit auf die Toilette und schämte sich zugleich, würde das Kind die Peinlichkeit mit ziemlicher Sicherheit empfinden und trotz der guten Absicht der Mutter in Erinnerung behalten, dass sie sich über diese Art der Neugier nicht im Entferntesten so freut wie über seine Neugier auf die neuen Bauklötze. Mit anderen Worten: Was immer Sie tun, es sollte in **Übereinstimmung mit Ihrem Gefühl und Verstand** erfolgen! Ihr Kind hat erfahrungsgemäß ausgeprägte Antennen für ehrliche wie für aufgesetzte Umgangsweisen!

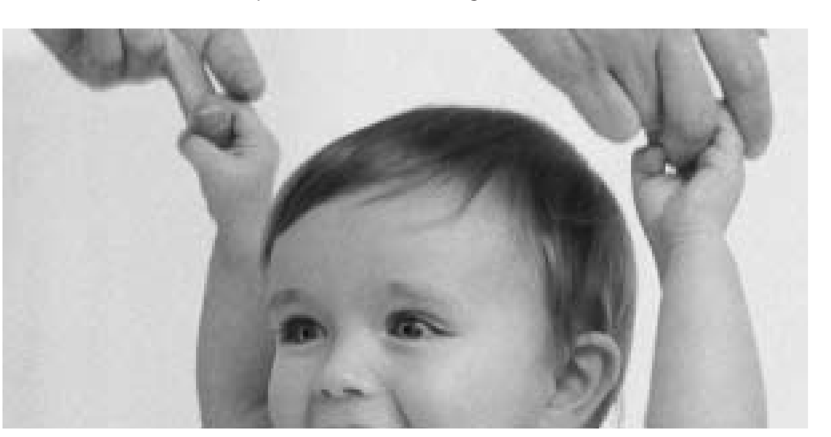


Manchmal ist es auch hilfreich, sich vor Augen zu halten, dass Sie als Mann oder Frau sicherlich nicht deckungsgleiche Einstellungen und Fähigkeiten haben. Und so, wie Sie sich vermutlich auch in anderen Bereichen der Erziehung ergänzen und manchmal auch unterscheiden (vielleicht ist zum Beispiel eine[r] von Ihnen strenger als die/der andere), kann dies auch für die familiäre Sexualerziehung geschehen. Allerdings sollten Sie beide nicht in vollkommen verschiedene Richtungen tendieren, weil dies Ihr Kind verwirren könnte.

***Das Kind lernt an realen Personen, was es heißt, weiblich oder männlich zu sein, und will von beiden Geschlechtern im direkten Umgang Weiblichkeit und Männlichkeit erfahren.***

Leider ist es immer noch so, dass viele Väter meinen, Frauen könnten besser über Gefühle sprechen, seien von Natur aus eher für Zärtlichkeiten oder Körperpflege geeignet, und insofern sei der Bereich der Sexualerziehung Sache der Mütter. In Umfragen unter Jugendlichen kommen Väter als Gesprächspartner über Sexualität sehr viel seltener vor als Mütter. Dies gilt insbesondere für die Töchter. Nun mag es durchaus Themen geben, die in späteren Jahren leichter „unter Frauen“ beredet werden können, aber das heißt noch lange nicht, dass Väter nicht wichtige körperliche Gegenüber, Vorbilder, Gesprächspartner und liebevolle Bezugspersonen für das sich entwickelnde Kind (beiderlei Geschlechts) sind.

Männer sollen nicht weibliches Verhalten gegenüber einem Säugling oder (Klein-)Kind kopieren, sondern ihren eigenen Stil finden, wie sie ihre **väterliche Liebe** ausdrücken, ihre Verantwortung für die Pflege, den Schutz und das Wachstum ihres Kindes ausdrücken und gestalten wollen. Es ist eine große Chance sowohl für die Tochter bzw. den Sohn als auch für den Vater selbst, wenn es eine eigenständige und eigenwillige Beziehung zwischen den beiden gibt, die sich von der zwischen Mutter und Kind unterscheidet. Dabei wäre es wünschenswert, dass beide Erwachsenen darauf achten, nicht fortwährend traditionelle Vorstellungen von Weiblichkeit und Männlichkeit zu wiederholen, indem z. B. der Vater immer für das heftige Toben und die Mutter immer für das Trösten zuständig ist, sondern darin durchaus abzuwechseln. Denn Kinder lernen über das Vorbild und kopieren die Verhaltensweisen der Eltern. Und es bedeutet eine unnötige Einschränkung von Fühlen und Verhalten, wenn bestimmte Aspekte nur einem Geschlecht zugestanden werden. Doch auch hier gilt, dass verkrampftes Verhalten wenig dienlich ist.





## Jedes Kind entwickelt sich nach seinem eigenen Rhythmus und zeigt seine individuellen Eigenheiten!

Was eben zu der individuellen Verschiedenheit der Eltern gesagt wurde, gilt in gleicher Weise für Kinder: Sie unterscheiden sich je nach Geschlecht und als individuelle Persönlichkeit. So wie manche früher den ersten Zahn bekommen als andere oder zu laufen beginnen, entdecken Ihre Kinder womöglich auch zu unterschiedlichen Zeiten, was angenehm sein kann. Es kann auch sein, dass Petra im Gegensatz zu Anna es niemals angenehm findet, mit dem Vater zu schmusen – sie ist vielleicht eher ein Tobekind. Das bedeutet, dass das, was landläufig über bestimmte Phasen geschrieben oder gesagt wird, die alle Kinder angeblich zu einem bestimmten Zeitpunkt durchlaufen, nicht für Ihr Kind zutreffen muss.



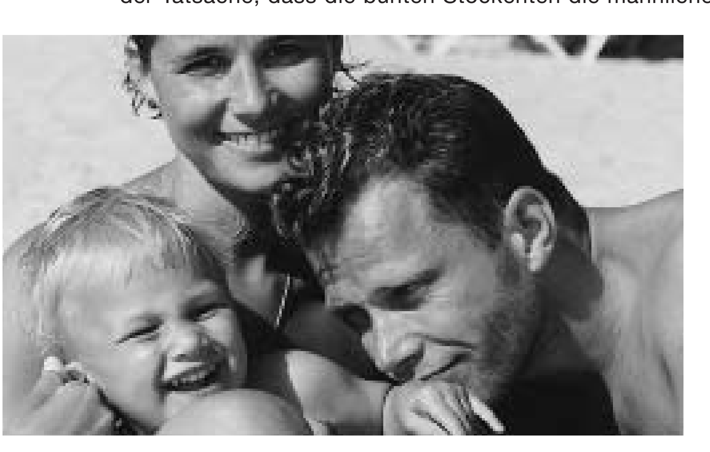
## Liebevolle, freundliche Begleitung und Förderung durch die Eltern

Es wäre schön, wenn es Ihnen gelingen könnte, Ihr Kind in seiner ganz eigenen psychosexuellen Entwicklung liebevoll zu begleiten, indem Sie wahrnehmen, was es speziell mag, was es genießt und was es sich wünscht an Zärtlichkeiten oder Experimenten mit dem eigenen oder Ihrem Körper und dass Sie respektieren, was es nicht mag an Berührungen oder Bemerkungen. Das beginnt schon mit der sensiblen Beachtung kleiner Verweigerungen: Wenn z. B. Ihr Sohn nicht auf Ihren Schoß kommen möchte, ist es wichtig, seinen Wunsch zu achten und das eigene Bedürfnis nach Nähe zurückzustellen. So lernt Ihr Kind, dass es ein Recht hat, ja und nein zu sagen, und dass seine persönliche Integrität geachtet wird. Schon in ganz jungen Jahren merken Kinder, ob ihre Bedürfnisse respektiert werden und damit ihre Menschenwürde geachtet oder ob sie missachtet wird, auch wenn Ihnen die vermeintlich kleinen Übergriffe banal erscheinen mögen.



Die liebevolle Begleitung Ihrer Tochter bzw. Ihres Sohnes umfasst neben dem Eingehen auf die Wünsche und Fragen Ihres Kindes auch die **aktive Förderung** seiner Sinnlichkeit, seines Körperentdeckens und seiner Neugier. Diese Aussage mag in Ihren Augen womöglich ein bisschen zu weit gehen. Aber überlegen Sie einmal einen Augenblick: Gibt es einen anderen Bereich der kindlichen Entwicklung, wo Sie nicht von sich aus initiativ werden und Ihr Kind anzuregen versuchen, dass es etwas kennen lernt, sich entwickelt, Begriffe bekommt für die Gegenstände usw.?! Sie zeigen und benennen ihm beispielsweise verschiedene Hunderassen, ohne dass es Sie danach fragt, oder Sie führen seine Nase an eine Blume, damit es daran riecht und den Duft kennen lernt. Sie machen ihm früh den Unterschied zwischen einer roten und einer grünen Ampel klar, damit es sich im Straßenverkehr sicher zurechtfindet.

Einzig im Bereich der Sexualerziehung zögern so manche Mütter und Väter, von sich aus das Kind anzuregen, und äußern die Sorge, es könne „verdorben“ oder „zu früh aufgeklärt“ werden und damit „auf falsche Gedanken“ kommen oder „frühreif“ werden. Nach allem, was an Untersuchungen dazu vorliegt, kann diese Sorge als überflüssig zurückgewiesen werden. Sie kennen das bestimmt, wenn Ihr Kind abschaltet, weil Sie ihm etwas zu Kompliziertes zu erklären versuchen oder sich zu umständlich ausdrücken. Wenn also eine bestimmte Information aus dem Bereich der Sexualaufklärung für Ihre Tochter noch zu früh sein sollte, geht sie eben zum einen Ohr rein und zum anderen wieder raus – wie diverse andere Mitteilungen im Alltag auch. Ihr Kind wird diesen Informationen keinen größeren Stellenwert beimessen als etwa der Tatsache, dass die bunten Stockenten die männlichen sind.





## Aufklärung ist ein fortlaufender Prozess und erfolgt wesentlich durch Beobachtung und Nachahmung

Aufklärung ist kein einmaliger Akt, sondern vollzieht sich im Laufe der kindlichen Entwicklung immer wieder, sei es als bewusste Mitteilung über bestimmte Sachverhalte auf dem jeweiligen geistigen Niveau des Kindes, sei es (vor allem) als **Lernen am Modell:** Denn Eltern leben ihren Kindern ja ständig vor, wie sie mit Gefühlen umgehen, wie sie Beziehungen unter Erwachsenen und mit den Kindern (auch körperlich) gestalten, worüber sie Witze machen und vieles andere mehr. Geschwister und FreundInnen haben bereits Erfahrungen mit sich selbst, ihrer Lust und mit körperlichen Spielen mit anderen Kindern gemacht und geben diese an Ihr Kind weiter. Es beobachtet den Umgang der Geschlechter in seiner Umgebung, sieht Fotos und guckt Fernsehen – die so genannte Aufklärung vollzieht sich also im Grunde permanent. Oft werden dadurch aber mehr neue Fragen aufgeworfen als Antworten auf vorhandene Fragen gegeben.



## Sexualität kennt ganz verschiedene Ausdrucksformen

Anhand der bisherigen Beispiele ist vielleicht schon deutlich geworden, dass unter **Sexualität nicht nur Genitalität** mit Schwerpunkt auf dem Geschlechtsverkehr verstanden wird, sondern ein weiterer Begriff von Sexualität zugrunde liegt. Insofern ist auch Sexualerziehung weit mehr als die Aufklärung über Geschlechtsorgane, Zeugung und Geburt. Vielmehr kennt dieses menschliche Grundbedürfnis, das jeden Menschen durch sein gesamtes Leben begleitet (das allerdings nicht immer gleich und für jede[n] gleich wichtig ist), ganz verschiedene Ausdrucksformen wie zum Beispiel Küssen, Streicheln, Erotik, Leidenschaft, Fürsorglichkeit oder Geborgenheit.



Sexualität ist oft auf einen anderen Menschen (des anderen oder des eigenen Geschlechts) bezogen und drückt dann Zuneigung und/oder Begehren aus und kann auf Fruchtbarkeit ausgerichtet sein. Manchmal aber ist sie auf sich selbst bezogen, sei es zum Lustgewinn in Form von Selbstbefriedigung, sei es zur Bestätigung der eigenen Person als Frau oder als Mann. Manchmal ist Sexualität außerordentlich wichtig für das Kind oder den Erwachsenen, manchmal spielt sie gar keine Rolle, so wie andere Dinge



in ihrer Bedeutsamkeit ebenfalls schwanken. Der Stellenwert variiert je nach Lebenssituation, hat aber auch mit dem Lernprozess in den ersten Lebensjahren zu tun. So kann man feststellen, dass dort, wo kindliche Sexualität wenig zugelassen wird, also vielfältige Verbote ausgesprochen bzw. durchgesetzt werden, das Sexuelle oft von besonderer Wichtigkeit für das Kind ist und im Verborgenen auf großes Interesse stößt oder sich z. B. in Witzen Bahn bricht. Demgegenüber verlieren Kinder oder auch Jugendliche, die in ihrer sexuellen Neugier wenig eingeschränkt wurden, ihr Interesse daran phasenweise wieder, bleiben also nicht auf das Verbotene fixiert wie strenger erzogene Kinder.





*Ein Wort noch zum Schluss zu den Eltern, den Müttern und Vätern, die angesprochen werden. Es werden vermutlich vor allem Frauen zu dieser Broschüre greifen (so wie es leider meistens nur die Mütter sind, die zu den Elternabenden im Kindergarten und in der Grundschule kommen), und längst nicht alle erziehen ihr Kind mit einem Partner zusammen. Der Tatsache von zunehmend mehr allein erziehenden Frauen soll in dieser Broschüre Rechnung getragen werden. Selbstverständlich sind auch Familien angesprochen, in denen beide Elternteile die Verantwortung für die Kindererziehung übernehmen. Und es wäre zudem erfreulich, wenn auch Väter, Großmütter, Onkel oder Kinderfrauen einen Blick in diese Informationsschrift werfen würden und sich anregen ließen – fühlen Sie sich bitte alle angesprochen!*

# 1. Lebensjahr

## Perfekt ausgestattet: Von Anfang an mit allen Sinnen

Wenn Ihr Kind auf die Welt kommt, ist es mit allen Sinnen ausgestattet, um die Welt zu erkunden und zu erfassen, aber die Sinne sind unterschiedlich weit entwickelt. So kann es noch nicht deutlich sehen, es kann nicht sprechen, dafür umso besser seinen Mund und seine Nase zur Orientierung in der fremden Welt benutzen. Von besonderer Bedeutung ist in den ersten Lebensmonaten der Mund: zunächst zum Saugen, also einerseits zur Nahrungsaufnahme, andererseits aber auch zum Erhalt von Wohlgefühl. Sie können beobachten, dass der Säugling auch nach der körperlichen Sättigung oft weiternuckelt und dabei großes Wohlbehagen zeigt.

Ebenfalls von Geburt an ist die Haut am ganzen Körper Ihres Babys ein Tast-Fühl-Organ, das jede Berührung sehr intensiv aufnimmt. Da jedes Kind von Anfang an auf Reize angewiesen ist, um zu lernen, und es außerdem ein **angeborenes Bedürfnis nach Zärtlichkeit** hat, sind Reizungen der Hautoberfläche durch Streicheln, Halten, Drücken oder Küssen sowohl für die geistige als auch die seelische Entwicklung und die Gesundheit Ihres Kindes wichtig.

Von großer Bedeutung ist außerdem, dass das Kind über die zärtliche Berührung durch seine Eltern oder andere Bezugspersonen erfährt, wie sinnlich und anregend sein Körper auch auf andere Menschen wirkt: Es macht Spaß, ihn zu liebkosen, er riecht so gut, die Haut fühlt sich so wunderbar weich an, der zarte Körper ruft ihre Schutz- und Zärtlichkeitsinstinkte wach. Indem dieser kindliche Körper derartige liebevolle Reaktionen hervorruft, lernt das Kind zugleich, seinen Körper selber als wertvoll zu erleben und liebevoll zu besetzen. Entfallen solche Liebkosungen hingegen ständig, kann das Baby kein positives Verhältnis zu seinem Körper aufbauen.

Zur Grundausstattung des Kindes gehört auch sein Gehör. Auch wenn Ihr Kind Sie nicht verstehen kann, ist das Sprechen mit ihm von großer Bedeutung. Es signalisiert ihm die Anwesenheit von wichtigen Bezugspersonen und vermittelt ihm ein Gefühl der Geborgenheit. Geräusche sind zudem auch Reize, wenn sie in einem gemäßigten Ausmaß auf den Säugling einströmen.





Etwa ab dem 4. Monat ist die Koordination Ihres Kindes so weit entwickelt, dass es zunehmend gezielt Dinge greifen kann. Sie werden feststellen, dass es viele dieser Gegenstände zum Mund führt: So erhält es Informationen über deren Beschaffenheit, indem es schmeckt, mit dem Mund und mit der Zunge fühlt, ob etwas weich oder hart, kalt oder warm, trocken oder feucht usw. ist. Und es macht für das Baby zunächst keinen Unterschied, ob es sich dabei um die eigenen Finger (die zunächst mal zur Außenwelt gehören) oder um den Greifring handelt.

Ungefähr zur gleichen Zeit können viele Mädchen und Jungen erstmals bewusst eine Person anlächeln und damit von sich aus einen visuellen Kontakt zu jemandem aufnehmen.

Ab dem 11. bis 12. Lebensmonat haben die motorischen Fähigkeiten so weit zugenommen, dass das Baby beginnt, sich allein fortzubewegen durch Krabbeln, Robben und schließlich Laufen. Damit besitzt es die kostbare Möglichkeit, von sich aus zu bestimmen, ob es auf etwas bzw. jemanden zugehen oder sich davon wegbewegen möchte.

## So helfen Sie Ihrem Kind, sich in seinem Körper wohl zu fühlen

***„Der Körper ist mein Haus, in dem ich mein ganzes Leben verbringen werde."***

Mit diesem einfachen Satz ist ganz Entscheidendes über unser menschliches Erleben und Fühlen gesagt, und es beginnt mit dem ersten Atem. Denn der Säugling tritt zuallererst über seinen Körper mit der Welt, also auch mit Mutter und Vater, in Kontakt. In all seiner Schutzlosigkeit, Pflegebedürftigkeit und mit seinem ausgeprägten Zärtlichkeitsbedürfnis kommt der Säugling auf die Welt und ist darauf angewiesen, dass ihm seine Eltern Wärme, Geborgenheit, Zärtlichkeit, Verlässlichkeit und umfassende Versorgung seiner Grundbedürfnisse geben.

Es handelt sich um die ersten und zugleich bedeutsamen Erfahrungen, wie das Mädchen bzw. der Junge behandelt wird: Wird das Weinen mit Zuwendung beantwortet oder muss das Kind lange brüllen, bis ihm Beachtung geschenkt wird? Wie erfolgen die Pflege und die Ernährung: Darf es sein eigenes Tempo entwickeln, wird ihm Zeit gelassen und das Notwendige mit dem Angenehmen verbunden, indem das Kind beim Trinken auch liebevoll umarmt, beim Saubermachen gekitzelt, gestreichelt, liebkost, an den verschiedensten Stellen geküsst wird? Wird es nach dem Baden noch gestreichelt oder manchmal nackt auf die nackte Haut eines Elternteils gelegt, so dass es ganz innigen Körperkontakt genießen kann?



„Die Haut ist die Königin der Sinne", heißt es in einem Buch. Dies gilt in besonderem Maße für den Säugling, weil mit dem **Tast-Fühl-Sinn der Haut** unendlich viele Reize aufgenommen werden können und diese oft sehr wohltuend sind, übrigens nicht nur für Kleinkinder, sondern ebenso für Erwachsene. Für das Baby sind die verschiedenen Berührungen jedoch geradezu lebensnotwendig. Untersuchungen haben gezeigt, dass Kinder, denen Zärtlichkeit fehlte, wesentlich schlechter entwickelt waren, manche sogar deshalb gestorben sind.

***Kinder brauchen Zärtlichkeit wie die Luft zum Atmen und wie die Milch zum Sattwerden!***





Es gibt Eltern, die sich Sorgen darüber machen, ihr Kind könne zu sehr verwöhnt werden. Diese Furcht ist unbegründet! Man kann einem Säugling (und auch einem älteren Kind) nicht zu viel liebevolle Zuwendung schenken. Die einzige Einschränkung besteht darin, sein Ruhebedürfnis und andere Gesten der Ablehnung von Berührungen zu beachten. Wenn es anfängt, weinerlich zu reagieren oder sich wegdreht, ist das meistens ein Zeichen, dass es im Augenblick diese Form der Zärtlichkeit nicht mehr mag. Vielleicht mag es stattdessen gewiegt oder ein bisschen massiert werden? Es gibt verschiedene Bücher, die Sie im Anhang finden, die Anregungen geben, mit welchen Massagen, Fingerspielen oder anderen Körperberührungen Sie Ihrem Kind Wohlbehagen, Linderung von Schmerzen und sinnliches Vergnügen bereiten können.



Was hat denn solche Zärtlichkeit mit der **sexuellen Entwicklung** eines Kindes zu tun, werden Sie sich vielleicht fragen? Nun, wenn wir den Körper als Haus verstehen, dann werden in den ersten Lebensmonaten und -jahren die Grundsteine für das spätere Körpergefühl Ihres Sohnes bzw. Ihrer Tochter gelegt, wie er bzw. sie sich „im eigenen Körper zu Hause fühlt“. Und je nach diesem „Körperhaus“-Gefühl wird auch das sexuelle Erleben und Gestalten sehr unterschiedlich ausfallen. Entweder fällt es mir in späteren Jahren schwer, mich berühren zu lassen und einen anderen Menschen anzufassen, die ganze Palette von Sinnlichkeit in der Partnerschaft auszuprobieren und zuzulassen, weil ich mich vielleicht meines „Hauses“ schäme, oder ich habe schon in frühester Kindheit positive Erfahrungen mit diesem Haus gemacht und alle seine Räume stolz und genüsslich kennen gelernt und angenommen als zu mir gehörige Zimmer. Ich weiß dann, wo mir was gut tut, welche Berührungen ich besonders angenehm finde und welche überhaupt nicht. Mädchen ebenso wie Jungen (denn beide Geschlechter mögen sinnliche Berührungen gleichermaßen gern!) können sagen, was sie brauchen, und sich verweigern, wenn ihnen etwas missfällt.



## Der Mund als erste und wichtige Quelle der Lust



Über den Mund tritt Ihr Kind im ersten Lebensjahr am intensivsten mit seiner Umwelt in Beziehung, weil in dieser Phase die Nervenenden im Mund ihm verlässlichere Informationen über die Beschaffenheit der Gegenstände liefern als die Hände.

Sein erstes „Objekt“ ist dabei entweder die Mutterbrust oder die Flasche, über die es seine Nahrung bekommt. Doch Sie werden beobachten, dass es nicht nur um die Sättigung geht, wenn Ihr Baby nuckelt, sondern über das schöne Gefühl des Sattseins hinaus um den Genuss, die warme Haut und die Geborgenheit der Mutter oder einer anderen Bezugsperson zu spüren, die mit dem Stillen bzw. Flaschegeben verbunden ist, insbesondere, wenn diese Situation in Ruhe erfolgt und als wohlige Schmusezeit verstanden wird. Das **Saugen** und **Nuckeln** ist für das Kind eine sinnliche Freude und überträgt sich bald auch auf andere Gegenstände wie ein Schmusetuch (vor allem, wenn es sich zuvor in Körpernähe der Mutter befunden hat, deren Geruch annimmt und dem Kind ein Gefühl der Nähe zur vertrauten Person vermittelt), den Schnuller oder den Daumen.

Auch die Mutter kann beim Stillen durchaus angenehme Gefühle verspüren, denn durch das Nuckeln werden ihre Brustwarzen stimuliert und der kleine Körper so dicht an der eigenen Haut hat für viele Frauen eine wunderbar sinnliche Qualität. Es wäre schön, wenn Sie beide diese Innigkeit genießen und das Schmusen ausgiebig auskosten würden, weil es eine wohltuende Wirkung für die emotionale Entwicklung sowohl des Säuglings als auch der Mutter-Kind-Beziehung haben kann.

Wenn das Abstillen beginnt, ist zu beachten, dass der Übergang zur Flaschennahrung allmählich und liebevoll vollzogen wird. Eine gewisse Frustration des Babys ist für sein Lernen und Überleben zwar unausweichlich und wichtig, aber der langsam und sanft eingeleitete Verzicht auf die Brust sollte ausgeglichen werden durch zusätzliche Schmuseeinheiten.

## Der Wickeltisch als bedeutsamer Ort

Viele Eltern achten bei der Pflege des Babys vielleicht mehr auf den wunden Po als auf die Zeit und die Art und Weise, in der sie sauber machen und wickeln, obwohl diese Aspekte eine wichtige Rolle für die sinnliche Atmosphäre spielen, in der ihr Kind aufwächst.

Natürlich muss es manchmal schnell gehen, und nur die notwendigsten Handgriffe können getan werden. Aber achten Sie doch einmal drauf, ob Sie sich nicht wenigstens einmal am Tag richtig Zeit nehmen können, um mit der Befreiung aus den Windeln ein kleines Schmusefest zu verbinden. Das würde damit beginnen, dass Ihr Kind Gelegenheit erhält, sich längere Zeit – natürlich möglichst warm durch beispielsweise einen Heizstrahler im Winter – frei zu bewegen. Es kann ohne Beeinträchtigung durch eine dicke Windel strampeln, kann seinen Körper anders spüren und sich mit zunehmendem Alter auch selbst **mit den Händen erkunden.** Diese Entdeckungsreise gehört zu seinem natürlichen Neugierverhalten und ist wichtig, da sie ihm ein Gefühl für seinen ganzen Körper verschafft, was ihm sonst durch die dicke Verpackung in der Regel versperrt ist.



***Vielen Kindern gefällt es daher sehr, wenn sie sich eine Zeit lang nackt bewegen können.***



Ähnliche Erfahrungen machen sie, wenn sie den Genuss von warmem, weichen Wasser auf ihrer Haut beim Baden in Ruhe genießen können und dabei nur insoweit in ihrem Bewegungsdrang behindert werden, wie sie direkt gefährdet sind (z. B. durch zu heftige Bewegungen dem Elternteil aus der Hand zu rutschen und unterzutauchen). Besonders genüsslich ist es für das Baby, wenn es mit einem Elternteil in die Badewanne gehen darf und dann beispielsweise auf dessen nacktem Bauch liegt und vielleicht sogar kleine Rutschpartien erlebt. An seinem Lächeln und späteren Juchzen können Sie erkennen, welche Freude ihm das gemeinsame Baden bereitet.

Und schließlich gibt es einen weiteren sinnlichen Höhepunkt für den Säugling wie für ältere Kinder, wenn Sie das anschließende Eincremen zu einem verschmusten Spiel machen, bei dem Ihr Kind ein Gefühl für die Empfindsamkeit der Haut entwickeln und angenehme, massierende Berührungen genießen kann.

Gerade wenn das Kind nackt auf dem Wickeltisch liegt, sind Sie mit direkten sexuellen Erscheinungsformen konfrontiert, die Sie möglicherweise verunsichern: Jungen haben manchmal eine Erektion (hierbei handelt es sich in der Regel um reflexhafte Gliedversteifungen, die wahrscheinlich noch nichts mit intensiv empfundener Lust zu tun haben), oder Mädchen machen Beckenbewegungen, um über die Reibung **lustvolle Gefühle** zu bekommen. Wenn die Windel und die Kleidung fehlen, kann das Kind ungehindert seinen Körper auch an den sonst verdeckten Partien erkunden, und vielleicht kommt es dabei zu ersten Berührungen der Genitalien mit der Hand. Es mag irritierend für Sie sein zu erleben, dass Ihr Kind bereits in diesem Alter ein sexuelles Wesen ist. Es wäre schön, wenn Sie deswegen nicht der Situation ausweichen, indem Sie Ihrem Kind schnell wieder eine Windel umlegen, sondern sich mehr auf seine Neugier und Freude bei solchen Experimenten konzentrieren und ihm Zeit lassen, auf Entdeckungsreise zu gehen, weil sie ihm hilft, ein Bild von seinem Körper zu entwickeln.



Einige Kinder zeigen bereits im ersten Lebensjahr Neugier an den elterlichen Geschlechtsteilen, beispielsweise beim Baden: Sie wollen diese angucken, manchmal berühren – so wie sie die Haare oder die Nase des Erwachsenen anfassen. Auch in diesem Fall gilt, dass Sie das Erkundungsverhalten nicht unterbinden sollten, sofern dadurch nicht Ihre eigenen Grenzen verletzt werden.



## Darf das denn alles sein…?

Vielleicht sind Ihnen bei den letzten Vorschlägen zum Umgang mit Ihrer Tochter bzw. Ihrem Sohn Bedenken gekommen, ob denn so viel direkter körperlicher Kontakt überhaupt zulässig ist. Womöglich sind Sie durch die Berichterstattung in den Medien verunsichert, ob es überhaupt „erlaubt" ist, mit Ihrem Kind gemeinsam zu baden oder sonntags Tobespiele im Bett zu machen, bei denen Sie möglicherweise beide (oder die ganze Familie) nackt sind. Vielleicht sind Sie besorgt, man könnte Ihnen ein solches Verhalten als „sexuellen Missbrauch" auslegen. Was ist, wenn Sie nun beobachtet werden oder jemand aus der Familie etwas Missverständliches weitererzählt…? Eine Folge könnte sein, dass wichtige und schöne zärtliche Umgangsformen insbesondere von Vätern unterlassen werden, nur um nicht unter falschen Verdacht zu geraten.

Eine solche Verunsicherung ist verständlich, dennoch sollte sie nicht dazu führen, den natürlichen, unverkrampften körperlichen Umgang miteinander zu unterbinden. Es gibt eine Art Faustregel, die Müttern und Vätern helfen kann, für sich zu unterscheiden, ob ein bestimmtes Verhalten gegenüber ihrem Kind angebracht ist oder nicht: Wenn die Berührungen oder Gesten Ausdruck Ihrer Zuneigung zum Kind sind und Ihre Freude am Zusammensein mit ihm widerspiegeln, wenn Sie ihm etwas Gutes tun wollen, weil das Kind Freude daran empfindet oder Sie gar zu bestimmtem Streicheln auffordert, so ist das in Ordnung.



Wenn Sie hingegen Körperkontakt suchen oder Ihr Kind berühren, um selber darüber sexuelle Erregung oder Befriedigung zu verspüren, wenn es also um Ihre eigene Sexualität geht, die Sie an und mit dem Kind befriedigen wollen, dann müssen Sie dieses Verhalten unbedingt unterlassen. Gerade weil Ihr Kind Ihnen als kleines schutzloses Wesen ausgeliefert ist, sich auf Sie verlässt, Ihnen vertraut und in seiner Liebe zu Ihnen nicht unterscheiden und ausdrücken kann, welche Berührungen es mag und welche nicht (schon gar nicht in dieser frühen Lebensphase, aber auch viele Jahre darüber hinaus nicht!), müssen Sie die volle Verantwortung für die Gestaltung des Körperkontakts übernehmen.

Aber dies bedeutet nicht, dass Sie Zärtlichkeiten Ihrem Kind gegenüber unterlassen sollten. Im Gegenteil! Körperliche Nähe und Wärme, Geborgenheit, Schmusen und Streicheln braucht Ihr Kind, und es ist wünschenswert, dass Sie ihm diese Zärtlichkeiten ohne Angst und innere Zurückhaltung schenken! Dies gilt für Vater und Tochter ebenso wie für Mutter und Sohn und natürlich auch für den gleichgeschlechtlichen Umgang, also z. B. zwischen Vater und Sohn. Maßstab aber sollte immer sein, dass die Art des Kontaktes den **Bedürfnissen des Kindes** entspricht.

# 2. Lebensjahr

## Lustquellen: Das Kind entdeckt seine Genitalien

Sie werden beobachten, wie Ihr Kind zunehmend bewusst absichtsvoll Dinge wahrnehmen und begreifen kann, um darüber ihre Beschaffenheit zu erkunden. Dazu gehören im zweiten Lebensjahr verstärkt (denn auch im ersten kann dies schon häufiger vorkommen) die eigenen Genitalien und später auch die seiner nächsten Angehörigen: Der Junge beschäftigt sich mit Augen und Händen mit seinem Penis, das Mädchen fasst seine Schamlippen und die Klitoris an und entdeckt möglicherweise die Öffnung zur Scheide. (Der aufrechte Gang verhilft ihnen dazu, mehr zu sehen!)

***Während es anfangs primär um das Erfassen der genitalen Beschaffenheit durch Berührungen geht, entdecken einige Kinder später, dass sie sich selbst lustvolle Gefühle über Selbststimulation verschaffen können – die Genitalien werden zur Lustquelle.***

Dabei berühren sich die Jungen in erster Linie mit den Händen, während die Mädchen eher Gegenstände benutzen, die Oberschenkel zusammenpressen oder auf einer Unterlage schaukeln, um Reibung zu erzeugen. Zeichen der Erregung sind der Ausdruck des Vergnügens, Hautrötung, schnelle Atmung, Schweißausbrüche und Erektionen.

In dieser Zeit wächst auch das Interesse von Mädchen und Jungen an den Genitalien der Eltern. Sie werden sich des anatomischen Unterschieds beider Geschlechter bewusst und registrieren die Merkmale.

Bereits zu Beginn des zweiten Lebensjahres entwickelt das Kleinkind **Bewusstheit für Körperausscheidungen** und die dazugehörigen Zonen. Das Interesse am Stuhlgang nimmt zu und entsprechend neugierig ist es, Erwachsene auf die Toilette zu begleiten und zuzuschauen. Wenig später zeigt das Kind auch mehr Interesse an seinen Urinpfützen in der Windel, möchte beim Pinkeln zugucken und den Penis deshalb anfassen.



Das Bewusstsein für das eigene Geschlecht, also die **sexuelle Identität,** wird in der zweiten Hälfte des zweiten Lebensjahres erreicht. Es bedeutet, die Tatsache zweier verschiedener Geschlechter anzuerkennen, sich selbst zuzuordnen und allmählich bestimmte Merkmale dem Weiblichen und dem Männlichen zuzuordnen. Das Bewusstsein für die eigene Männlichkeit ist daran zu erkennen, dass die Jungen voller Stolz ihr Genital zur Schau stellen, sich dem Vater zuwenden und z. B. seine aufrechte Haltung beim Urinieren nachahmen. Bei den Mädchen ist manchmal eine **Zeigelust** in der Form zu erkennen, dass sie ihren Rock heben und damit andeutungsweise ihre Scheide präsentieren.

Während des gesamten zweiten Lebensjahres ist ein großer Zuwachs im Sprachvermögen des Kindes zu verzeichnen, das sowohl das verbale Verstehen als auch das Sprechen umfasst. Im Laufe dieses Prozesses lernt das Kind auch Begriffe für sein Genital und Ausscheidungsprozesse kennen und/oder prägt eigene Namen.

## Weiblich – männlich: So findet sich Ihr Kind zurecht



Immer wieder berichten Eltern auf Elternabenden überrascht und manchmal auch verunsichert, dass ihr Kind bereits seine Genitalien entdeckt hat und mit ihnen spielt und allem Anschein nach ähnliche **Lustgefühle** entwickelt wie Erwachsene. Bei manchen Kleinkindern sind ab dem 17. Monat Selbststimulationen bis zum Orgasmus beobachtet worden. Da dies Aktivitäten und Empfindungen sind, die einerseits nicht zum Bild der kindlichen „Unschuld" passen und andererseits viel Ähnlichkeit mit erwachsener Sexualität besitzen, ist die Befangenheit mancher Mütter und Väter verständlich.

***Schon kleine Kinder kennen die Erregung***

Versetzen wir uns in die Lage des Kindes, so erlebt es diese Selbsterkundung vermutlich an seinen verschiedenen Körperteilen zunächst völlig unterschiedslos spannend: Es entdeckt, wie sich sein Bauch anfühlt, dass es die Finger bewegen und in Öffnungen stecken kann, dass es einen Mund hat mit einer beweglichen Zunge und dass es mit seinen Beinen strampeln kann. Im Zuge der Eigenberührung wird das Mädchen bzw. der Junge auch entdecken, dass bestimmte Stellen am Körper besonders empfindlich sind, andere weniger.

Und wenn ihm seine neugierige Entdeckungsreise von den Eltern zugestanden wird, wird es natürlich auch auf seine Geschlechtsteile stoßen, die für Streicheln und Reiben besonders empfänglich sind. Hat das Kind dies einmal festgestellt, wird es die schönen Gefühle wiederholen und ausprobieren wollen, was es noch Angenehmes in diesem Bereich erleben kann. Vergessen wir nicht:

***Das Kind ist die ganze Zeit darauf bedacht, lustvolle Gefühle zu entwickeln; all sein Streben geht dahin, dass es ihm gut geht und dass es alles vermeidet, was ungute Gefühle bereitet!***

Insofern ist es nur ein Zeichen der gesunden Entwicklung Ihres Kindes, wenn es die Möglichkeit, sich selbst Lust und Befriedigung zu verschaffen, ausgiebig nutzt. Es ist im Übrigen auch eine der Erfahrungen, mit der das Kind sich unabhängig von den Erwachsenen macht, auf die es ja sonst hinsichtlich von Zärtlichkeit und Wohlbehagen angewiesen ist.

Die Tatsache, dass Jungen in einer solchen Situation mit einer Erektion reagieren, ist für manche Mütter geradezu erschreckend, weist dies doch unübersehbar auf die Sexualität ihres Kindes hin. Es wäre schön, wenn Sie Ihren Sohn jetzt nicht unterbrechen, indem Sie ihm schnell wieder eine Windel anziehen oder ihm gar die Hände vom Glied nehmen und sein Tun negativ kommentieren. Denn sonst würde er lernen, dass er einen solchen Genuss nicht empfinden darf, dass sein Verhalten unerwünscht ist. Da aber nahezu jeder Mensch irgendwann die genitale Lustquelle entdeckt und nutzt, tut es derjenige, bei dem dies bereits in Kindertagen mit Verboten belegt war, mit Schuldgefühlen und Angst vor Entdeckung, während derjenige, der in der Selbsterkundung von den Eltern unterstützt wurde, dadurch lernt, sich selbst besser zu akzeptieren.



Die **Selbstbefriedigung** unterscheidet sich bei Jungen und Mädchen, indem Letztere eher Gegenstände zu Hilfe nehmen. Diese Tatsache und die damit zusammenhängende Gefahr der Verletzung wird nicht selten als Vorwand benutzt, um die Masturbation zu verhindern. Wenn Sie beobachten, dass Ihre Tochter sich wehtut, weil sie sich beispielsweise etwas Spitzes oder Kantiges in die Scheide schiebt, oder dass sie bereits ganz wund ist vom ständigen Reiben im Schambereich, können Sie ihr deutlich machen, dass sie damit besser aufhört, ohne dass das Streicheln an sich von Ihnen abgelehnt wird. Vielleicht zeigen Sie dem Mädchen alternative Berührungen?



## „Zeig mal! ... Guck mal!“

Obwohl Ihr Kind noch relativ jung ist, hat es mit eineinhalb Jahren in der Regel eine wichtige Tatsache bereits begriffen, nämlich dass in der Welt Frauen und Männer existieren, die jeweils mit bestimmten Merkmalen ausgestattet sind.

Im Zuge der Entdeckung des anatomischen Unterschiedes ordnen sich die Kinder auch selbst dem einen oder anderen Geschlecht zu und machen dies daran fest, dass sie einen Penis bzw. eine Vagina haben. Leider ist für manche Mädchen nur klar, dass sie kein Glied besitzen, dass sie also „nichts“ haben, was Gefühle von Minderwertigkeit auslösen kann. Insofern ist es wichtig, dem kleinen Mädchen zu versichern, dass es zwar weniger sichtbare, aber nicht minder wertvolle Geschlechtsorgane besitzt wie der Junge.



Für diesen Prozess der **positiven Identifikation mit dem weiblichen Geschlecht** spielen Mutter und Vater eine unterschiedliche, aber gleich wichtige Rolle. Das Mädchen beobachtet die Mutter und erhält darüber vielfältige Informationen, ob diese mit ihrer Geschlechtszugehörigkeit zufrieden ist, ob sie also gerne Frau ist, ihren Körper mag, Freude an der Sexualität hat und Ähnliches mehr. Das kleine Mädchen wird der Mutter im Laufe der Zeit Fragen stellen, sie aber auch wortlos untersuchen (wollen), und da ist es von großer Wichtigkeit, ob die Mutter ihrer Tochter voller Stolz zeigen und berichten kann, was sie beide an körperlichen Eigenheiten besitzen. Wird das Kind in seiner Schaulust gebremst, vollständig gehindert, oder hört es abfällige Kommentare über „das da unten“, wird es lernen, dass es auf seine Weiblichkeit nicht stolz sein darf. Spätere Unzufriedenheit, Frau zu sein, Scham- oder gar Ekelgefühle können aus solchen Erfahrungen rühren.



Der Vater wiederum ist wichtig, um seine Tochter früh darin zu bestätigen, dass er ihre Weiblichkeit wahrnimmt und akzeptiert. Es ist damit nichts anderes gemeint, als dass das Kind eine Bestätigung in seinem Mädchensein braucht, wie es die meisten Jungen automatisch aufgrund ihrer Anatomie erhalten. Mütter geben dem Penis oft verschiedene und manchmal auch liebevolle Namen und drücken damit unbewusst ihre Anerkennung aus.

Demgegenüber erfahren Scheide und vor allem Klitoris kaum Beachtung durch Benennung und zärtliche Berührung (weder seitens des Vaters noch der Mutter) und erschweren es damit für das Mädchen, Stolz auf seine Geschlechtlichkeit zu entwickeln. Wobei mit diesem Hinweis die Anerkennung als Mädchen nicht auf seine genitale Geschlechtlichkeit reduziert werden soll. Für die Entwicklung ist es wichtig, dass der Vater mit seiner Tochter spielt und ihr dabei zeigt, wie lieb er sie hat und wie stolz er auf sie ist!

***Wenn Kinder entdecken, dass sie Junge bzw. Mädchen sind, möchten sie sich vergleichen, die Gemeinsamkeiten und Unterschiede zur Mutter und zum Vater erkunden.***

Und dies tun sie am liebsten handgreiflich. Wer mit seiner Tochter bzw. seinem Sohn einmal in dieser Phase gemeinsam gebadet oder sich länger nackt mit ihr/ihm beschäftigt hat, wird dies bestätigen können. Da ist keine Körperregion vor intensivster Erkundung sicher und natürlich auch nicht die Genitalien, die manchmal Erregungsgefühle bei den Erwachsenen auslösen.





Es kann aber auch sein, dass Ihnen bestimmte intime Berührungen bei aller Akzeptanz kindlicher Neugier unangenehm sind, weil Ihr Intimbereich unwissentlich vom Kind verletzt wird. So kann ein Konflikt entstehen zwischen Gewähren-lassen-Wollen, um dem Kind keine unnötigen Grenzen zu setzen, und der eigenen Ablehnung. In diesem Fall ist es richtig, die eigene innere Grenze zu beachten und das Kind liebevoll zurückzuweisen: „Ich möchte das jetzt nicht mehr! Hör bitte auf damit!“ Auch wenn es seiner Neugier damit nicht vollständig folgen kann, lernt es doch etwas ebenfalls Wichtiges, nämlich dass jeder Mensch ein Recht darauf hat, seine Intimität zu schützen und dass er Nein sagen darf! Wenn dies in einer freundlichen Atmosphäre passiert, Ihr Kind also nicht das Gefühl erhält, es habe etwas Schlimmes getan, ist ein solches Nein auch kein Drama. Es merkt vielmehr, dass es Dinge gibt, die Sie nicht gern haben, und solche Erfahrungen gehören zum menschlichen Miteinander!

***Zum Verstehenlernen des Geschlechtsunterschiedes gehört auch die vorübergehende Zeigelust:***

Das Kind zeigt Ihnen und anderen Menschen (in Ihren Augen vielleicht unterschiedslos) voller Stolz die spezifischen Attribute seiner Weiblichkeit (was bei Mädchen seltener vorkommt) bzw. seiner Männlichkeit. Auch wenn die Situation manchmal unpassend ist: Versuchen Sie, Ihr Kind hier zu bestätigen und seinen Stolz zu teilen. Die Phase des Zeigenwollens geht bald vorbei, und für das Kind ist es wichtig, die geforderte Anerkennung zu erhalten.





## Darüber spricht man (nicht) ...

Das zweite Lebensjahr ist wesentlich vom Spracherwerb geprägt: Ihr Kind spricht Ihnen nach, erfindet aber auch eigene Begriffe für das, was es in seiner Umwelt erkennt, oder formt Gehörtes um. Und so lernt Ihr Kind bereits in diesem frühen Alter, ob es für alles oder einiges, was mit Sexualität zu tun hat, auch Wörter gibt, und wenn ja, welche.

Nun mag es sein, dass Sie selbst in einer Familie groß geworden sind, in der man über „diese Dinge“ nicht oder nur in Andeutungen gesprochen hat. Vielleicht hat das zur Folge, dass Sie auch mit Ihrem Partner bzw. Ihrer Partnerin noch nie darüber geredet haben,



welche Begriffe Sie eigentlich gern oder ungern benutzen bzw. hören. Es wäre schön, wenn Sie versuchen könnten, ein solches Gespräch zu führen, das Sie womöglich auch ein bisschen sprachfähiger Ihrem Kind gegenüber macht. Denn die gefundenen Begriffe sind nicht nur wichtig für die Benennung z. B. des Kopfes und der Beine, sondern auch für die **Bezeichnung der Genitalien.**

Es gibt schnell die Unterscheidung in „anständige“ und „unanständige“ Wörter, die so genannte Hoch- und die so genannte Gossensprache, verbunden mit dem Bemühen, dass die Kinder die vorgeblich richtigen Wörter lernen sollen. Wenn man jedoch die Menschen nach ihrem persönlichen Gefühl, das sie mit den verschiedenen Begriffen verbinden, befragt, kann man feststellen, dass diese Bewertungen enorm variieren. Was für die einen vulgär ist, ist für die anderen sehr liebevoll. Was für die einen der einzig „richtige“ Name ist, ist für die anderen „viel zu steril“.



***Leider gibt es heute insgesamt in der deutschen Sprache wenige Wörter für den Gefühlsbereich, und diese sind dann noch emotional aufgeladen.***

Vielleicht können Sie sich als Elternpaar oder auch als Alleinerziehende mit FreundInnen zusammensetzen und gemeinsam überlegen, was Sie sagen wollen, und sich erzählen, was Sie bei welchem Wort empfinden. Vielleicht können Sie ja sogar neue Begriffe erfinden. Wichtig ist auf jeden Fall, dass Jungen und Mädchen für ihre Geschlechter Begriffe erhalten – welche das sein sollen, bleibt Ihrem Geschmack und Ihrer Entscheidung vorbehalten!



# 3. Lebensjahr

## Die Welt erleben: Spielen, Fragen, Ausprobieren

Mit etwa zwei Jahren besitzt ein Kind die körperlichen Voraussetzungen zur Beherrschung des Schließmuskels, was neben ausreichender Sprachfähigkeit, nämlich sagen zu können, wenn es auf die Toilette muss, Bedingung für eine gelingende Sauberkeitserziehung ist. In dieser Altersphase zeigt das Kind eigenen Willen und übt seine Widerstandskraft, indem es sich trotzig benimmt: Es möchte seine eigenen Wünsche und Vorstellungen durchsetzen oder versucht, sich gegen elterliche Anweisungen zur Wehr zu setzen. Für seine Persönlichkeitsentwicklung ist es von großer Bedeutung, ob das Kind mit seinem „Ja“ und „Nein“ geachtet wird (ohne dass ihm alles erlaubt wird!), oder ob sich Mutter und Vater immer mit ihren Vorstellungen durchsetzen.

Kinder im Alter zwischen zwei und drei Jahren zeigen ein ausgeprägtes Experimentierverhalten. Sie entdecken ihre Umwelt zunehmend eigenständig und stellen den Erwachsenen manchmal unentwegt **Warum-Fragen.** Auch Sexualität, Zeugung und Geburt sind Gegenstand ihres Interesses und verlangen nach Aufklärung. Zum Lernen gehören zudem Beobachtung und Nachahmung. Die kindliche Intelligenz entwickelt sich in diesem Lebensjahr so weit, dass es rollentypisches Verhalten von Frauen und Männern unterscheiden und selbst erproben kann. Insofern spielt es eine große Rolle, welche Verhaltensweisen es bei Mutter und Vater, aber auch anderen Erwachsenen seines Umfeldes beobachtet, welche Modelle ihm also zur Imitation angeboten werden. Allerdings ahmt das Kind nicht nur vorgegebene Verhaltensweisen nach, sondern gestaltet diese auch kreativ variierend aus bzw. experimentiert mit eher männlichen und eher weiblichen Elementen, weil seine eigenen Interessen noch nicht so festgelegt sind.

## Sauberkeitserziehung



Für viele Eltern wird mit dieser Frage ein äußerst heikles Thema angeschnitten, das die Gemüter schon früh und nachhaltig bewegt: Wann soll mit der Sauberkeitserziehung begonnen werden und wie konsequent soll dazu erzogen werden?



Zunächst muss mit allem Nachdruck betont werden, dass Kinder frühestens mit 24 Monaten (und oft erst wesentlich später) zur **Kontrolle des Schließmuskels** fähig sind, d. h. sie können erst dann die Muskeln zum Schließen des Afters durch den eigenen Willen beherrschen.

Diese Beherrschung des Körpers mit dem eigenen Willen macht Ihr Kind außerordentlich stolz, was Sie daran erkennen können, dass Ihnen Ihr Kind sein Produkt voller Stolz zeigt, vielleicht auch noch kommentiert. Die eigenen Ausscheidungen sind für das Kind außerordentlich interessant: Es würde sie gern angucken, möglicherweise sogar untersuchen! Sofern das Kind nicht bereits in den ersten beiden Lebensjahren im Zusammenhang mit dem Wickeln gelernt hat, dass seine Ausscheidungen „ba“ sind, empfindet es – im Gegensatz zum Erwachsenen – keinen Ekel davor.

Es wäre wünschenswert, wenn Sie diese andere Sichtweise respektieren und am Anfang sein „Geschäft“ nicht gleich wegschütten und den Stolz auf die Eigenleistung ausreichend teilen. Falls Sie selbst Abscheu vor Ausscheidungen empfinden, versuchen Sie, dies Ihr Kind nicht spüren zu lassen. Es könnte nämlich sein, dass es diese negativen Gefühle auf sich und seinen Körper bezieht mit der möglichen langfristigen Folge, dass es den Anal- und Genitalbereich als „ekelig“, „schmutzig“ oder „fies“ tabuisiert.

Auch wenn es schon in vielen Erziehungsratgebern steht, sei auch an dieser Stelle betont, dass Sie Ihrem Kind einen großen Gefallen tun, wenn Sie bei der Sauberkeitserziehung auf Drill verzichten, sich am Kind mit seinem Tempo und seiner gegenwärtigen seelischen Verfassung orientieren und auch jahreszeitliche Besonderheiten berücksichtigen: Es ist viel leichter, im Sommer trocken zu werden! Und machen Sie sich klar, dass das Sauberwerden ein längerer Prozess ist, bei dem es auch Rückschläge geben kann. Hier braucht Ihr Kind Ermutigung und Trost, auf keinen Fall zusätzlichen Druck und Strenge. Irgendwann bis zur Vollendung des fünften Lebensjahres (da haben es nach einer amerikanischen Untersuchung 89% der Kinder geschafft) werden die meisten diesen wichtigen Schritt in die Selbstständigkeit mit Ihrer einfühlsamen Unterstützung geschafft haben!

## Nein sagen zu dürfen ist wichtig …

Im Zuge der Entwicklung seiner Eigenständigkeit übt das Kind seine Selbstbehauptung: Es ist trotzig. So anstrengend diese Phase für die Eltern ist, und so viel Gelassenheit und Nachsicht sie Ihnen abverlangt (und dies noch mehrmals bis zum Erwachsensein des Kindes!), so bedeutsam sind doch die Erfahrungen, die das Kind dabei mit seinen Bezugspersonen macht.



Dies gilt ganz allgemein für die Persönlichkeitsentwicklung, speziell aber auch für den Bereich der Sexualerziehung. So wird ein Kind, dessen Wünsche nicht gehört und berücksichtigt werden oder dessen Wahrnehmungen nicht ernst genommen werden, sich in späteren Jahren schwerer damit tun, Bedürfnisse zu äußern, als solche Kinder, die erfahren haben, dass sie ein Recht darauf haben, Ja und Nein zu sagen.

Dieses Nein-sagen-Dürfen ist auch eine wichtige Voraussetzung zur **Vorbeugung von sexuellem Missbrauch,** und die Prävention beginnt schon bei vermeintlichen Banalitäten. Denn wenn ein kleines Mädchen der Oma einen Kuss geben muss, obwohl ihm das unangenehm ist, und es dabei von den Eltern hört „Stell dich nicht so an!“, dann lernt es, dass die eigenen Gefühle, in diesem Fall ein inneres Nein, nicht wichtig sind. Wie soll es sich dann selbstbewusst zur Wehr setzen, wenn jemand aus der Familie oder ein Fremder einen körperlichen oder seelischen Übergriff wagt?!

Aber auch die Aufmerksamkeit Ihrem eigenen Verhalten gegenüber ist gefordert: Es gibt Kinder, die wollen nicht auf den Schoß kommen oder mögen Umarmungen nicht, nicht mal die von der Mutter. Wenn Sie dieses Nein nicht respektieren und das Kind gegen seinen Willen zu zärtlichen Gesten zwingen, hat es weniger Chancen zu lernen, dass es selbst bestimmen darf, ob und welche intimen Berührungen

es bekommen und geben möchte. Wie viele Erwachsene haben Schwierigkeiten damit, in ihrer Partnerschaft dem bzw. der anderen zu sagen, wenn sie bzw. er etwas möchte?! Diese **wertvolle Fähigkeit, die eigenen Bedürfnisse zu erkennen und anderen gegenüber ausdrücken zu können,** verlernen Kinder leider oft schon in frühen Jahren aufgrund einer entsprechenden Erziehung.



Deshalb sollte in Ihrer Familie die Regel gelten: Zuneigung, Höflichkeit und Dankbarkeit müssen nicht körperlich ausgedrückt werden, wenn das Kind das nicht möchte. Das Kind hat ebenso wie Erwachsene das **Recht auf körperliche Unversehrtheit,** die sich auch darin ausdrückt, dass niemand ein Kind (nicht mal einen Säugling) berühren darf, wenn es das offensichtlich nicht will. Sofern das Kind noch zu klein ist, um sich selbst zu äußern, müssen die Eltern Anwalt ihrer Kinder sein.

## „Warum ist die Banane krumm ...?“

Kinder erforschen neugierig ihre Umwelt und stellen – oft unausgesprochen – Mutmaßungen darüber an, wie etwas beschaffen ist und warum es so funktioniert. Sie beginnen, sich Gedanken zu machen über Ursachen und Wirkungen. Aber immer wieder stoßen sie auf Gegebenheiten, bei denen sie sich Erklärungen der Erwachsenen wünschen, um verstehen zu können. Das bedeutet, das Begreifen erfolgt inzwischen nicht mehr nur über das Anfassen oder Ausprobieren, sondern vermittelt sich durch **Sprache** oder Betrachten etwa von Bilderbüchern.



In diesem Zusammenhang werden dann Mütter (und seltener auch Väter) mit der Frage konfrontiert, wie das Kind entstanden oder wie es in Mamas Bauch gekommen ist. Einigen Erwachsenen bereitet diese Frage großes Unbehagen; manche sorgen sich bereits im Vorfeld, wie sie auf diese Frage antworten sollen. Es wird immer wieder die Sorge geäußert, dem Kind zu viel zu erklären, was es noch gar nicht verstehen kann, oder mit etwas zu konfrontieren, wofür es noch zu jung ist.

***Zunächst lässt sich zur Beruhigung sagen, dass jedes Kind, das alt genug für eine Frage ist, auch reif genug für eine entsprechende Antwort ist.***

Es hilft dem Kind, wenn bei der Erläuterung des Vorgangs von Zeugung, Schwangerschaft und Geburt an seine eigenen Erfahrungen, Beobachtungen und seine bildliche Vorstellungskraft angeknüpft wird. Und es ist zudem wichtig, dass alle Erklärungen nicht nur das „Technische“ im Blick haben, sondern auch die Gefühle beschreiben, die Frau und Mann beim Akt der Zeugung haben können. Die Vorstellung, dass der Mann sein – in den Augen des Kindes – großes Glied in die Scheide der Frau einführt, könnte das

Kind beunruhigen. Es wird viel eher verstehen, warum das Paar die körperliche Vereinigung sucht, wenn es auch etwas von den **schönen Gefühlen erfährt,** die es ja auch selber vom Schmusen, Kitzeln und Krabbeln kennt. Kinder können aus eigenem Erleben von Zärtlichkeit nachvollziehen, dass nicht nur der Wunsch nach einem Kind, sondern auch die Lust für das Zusammensein der beiden eine Rolle spielt. Diese Tatsache macht dem Mädchen bzw. Jungen auch erklärlich, warum die Eltern öfter miteinander schlafen als sie Kinder bekommen. Sexualität findet statt, so versteht das Kind bei einer derartigen Beschreibung, weil sich Mutter und Vater lieb haben, weil der Geschlechtsverkehr Spaß macht oder weil sie noch ein Kind haben wollen. Und alle Motive sind in Ordnung.

Was ist nun, wenn Ihr Kind keine Fragen stellt? Viele Eltern warten ab, weil sie diese Tatsache als fehlendes Interesse interpretieren. Wie wäre es, wenn Sie überprüfen, ob Ihr Kind schon so weit ist, aber sich aus irgendeinem Grund nicht traut, Fragen zu stellen? Vielleicht gibt es ja eine schwangere Frau in der Nachbarschaft oder Verwandtschaft, die zum Anlass genommen werden könnte zu erklären, wie es zu dem dicken Bauch dieser Frau gekommen ist. Oder Sie sprechen Ihr Kind direkt darauf an, ob es eigentlich weiß, wie es geboren wurde. Leider gibt es wenig geeignete Bilderbücher für Kinder in so jungem Alter, die Sie zur Unterstützung heranziehen könnten.





Falls Sie feststellen sollten, dass Ihr Kind überhaupt nicht neugierig reagiert, wissen Sie, dass Sie mit diesem Teil der Aufklärung noch warten können. Es könnte aber auch gut sein, dass Ihr Kind interessiert auf das Gespräch eingeht, dazu aber erst Ihre Anregung brauchte. Sie können im Bereich der familiären Sexualerziehung genauso initiativ fördernd vorgehen wie in anderen Erziehungsfragen auch. Es ist allemal besser, wenn Ihr Kind richtige Informationen von Ihnen erhält, als dass es falsch oder anders, als Sie es sich wünschen, von älteren Kindern oder durch die Medien aufgeklärt wird.

## So lernt Ihr Kind die Geschlechterrollen kennen

### Früh übt sich, was ein richtiger Junge bzw. ein richtiges Mädchen werden will

Wie bereits im vorangegangenen Kapitel geschildert wurde, entwickeln Kinder früh ein Verständnis von Weiblichkeit und Männlichkeit. Im Alter zwischen zwei und drei Jahren differenziert sich das Bild über die Geschlechter, indem ihnen nicht nur Merkmale wie kurze oder lange Haare zugeschrieben werden, sondern auch Tätigkeiten. Derartige Zuordnungen hängen nun wesentlich davon ab, was das Kind beobachten kann. Bei seinen Wahrnehmungen konzentriert es sich selbstverständlich auf seinen Nahbereich:

Was tut Papa als Mann, was macht Mama als Frau? Wenn das Kind feststellt, dass die Mutter grundsätzlich für die Arbeit in der Küche zuständig ist, während der Vater für die Reparaturen im Haus und die Entsorgung der leeren Sprudelkästen zuständig ist, wird es diese Rollenzuweisungen zunächst fraglos übernehmen. Das Gleiche gilt für das Umgehen mit Gefühlen und Zärtlichkeiten: Zeigt der Vater auch einmal, dass er traurig ist, tröstet er den Sohn und drückt ihn an sich oder ist dies ausschließlich die Aufgabe der Mutter?

Das, was das Kind über die **Rollen von Frauen und Männern** erfährt, kombiniert es automatisch mit dem, was es sozusagen am eigenen Leibe erfahren hat.

***Untersuchungen weisen immer wieder nach, dass Eltern in ihrer Erziehung Unterschiede bei Mädchen und Jungen machen.***

So schmusen viele Erwachsene mit ihren Söhnen nicht so lange wie mit den Töchtern, manche wohl aus der Sorge heraus, ihr Junge könne dadurch „verweichlichen“. Sie übersehen dabei leider, wie sehr beide Geschlechter weit über das Alter von zwei bis drei Jahren hinaus auf Zärtlichkeit angewiesen sind. Andere Beobachtungen stellen fest, dass Mädchen in ihrem heftigen Bewegungsdrang eher eingeschränkt werden und Jungen eher angehalten werden, nicht zu weinen („Ein Indianer kennt keinen Schmerz!“).



## Es geht auch anders!

Wenn Ihnen also daran gelegen ist, dass Ihre Tochter bzw. Ihr Sohn nicht einseitig auf traditionelle Rollen festgelegt wird, sondern eine Vielfalt von Verhaltensmöglichkeiten erlernt, ist kritisches Hinterfragen darüber erforderlich, wie die **Rollenaufteilung in Ihrer Familie** bisher erfolgt und wie Sie mit Ihrem Kind umgehen. Vielleicht ist die elterliche Verantwortung ein willkommener Anlass, bestimmte Gewohnheiten aufzugeben und die Pflichten teilweise neu zu verteilen. Es könnte ja sein, dass Sie es genießen, wenn der Ehemann einmal am Herd steht und die Frau endlich lernt, wie man mit der Bohrmaschine umgeht. Der Vater wird womöglich entdecken, welchen Genuss es bereitet, beim abendlichen Vorlesen zur Tochter oder zum Sohn ins Bett zu krabbeln und die angenehme Körperwärme des Kindes zu spüren.

Und schließlich gehört zum Katalog kindlicher Beobachtungen, wie die Eltern den weiten Bereich der Sexualität gestalten: Wird das Badezimmer abgeschlossen, wenn ein Elternteil duscht? Küssen sich die Eltern in Gegenwart des Kindes oder sparen sie sich alle Zärtlichkeiten auf für den Abend, wenn das Kind schläft? Laufen alle Familienmitglieder nackt voreinander herum oder sieht das

Kind seine Eltern in der Regel bekleidet? Je nachdem, wie mit diesen Situationen umgegangen wird, erhält das Kind ganz unterschiedliche Botschaften über die Natürlichkeit von Körperlichkeit und zärtlichen Empfindungen zwischen Erwachsenen.

In diesem Zusammenhang wird auch oft die Frage gestellt, ob es für ein Kind schlimm sei, wenn es zufällig den **Geschlechtsverkehr der Eltern** mitbekommt. In der Regel dürfte es so sein, dass das Kind die Besonderheit dieser Situation nicht so stark empfindet wie die Eltern. Es ist möglicherweise verunsichert, wenn es lautes Stöhnen dabei hört und dies mit Schmerzen oder die heftigen Bewegungen mit Gewalttätigkeit verwechselt. Wenn die Eltern ihr Beisammensein unterbrechen und zusammen mit ihrem Sohn bzw. ihrer Tochter kuscheln, so können sie das Kind beobachten und – wenn sie das Gefühl haben, es wäre notwendig – ihm erklären, dass Erwachsene beim Schmusen manchmal ebenso laut sind wie Kinder, die vor Vergnügen quietschen.

## Auch Eltern wollen mal alleine sein …



Sie können dem Kind aber in einer solchen Situation durchaus auch erklären, dass Sie gern für sich sein wollen, wenn Sie schmusen. Das Kind lernt dann durch Beobachtung das **Recht auf Schutz der Intimsphäre,** indem sich Mutter und Vater vom Kind abgrenzen. Dies gilt im Übrigen auch für regelmäßige nächtliche Besuche im Elternschlafzimmer, die sich störend auf das Liebesleben auswirken können. Auch hier gilt es abzuwägen zwischen verständlichen Bedürfnissen des Kindes (z. B. wenn es schlecht geträumt hat oder unruhig ist und Geborgenheit braucht) und dem Wunsch von Frau und Mann, ungestört zusammen sein zu können. Es ist den Eltern in jedem Fall zu wünschen, dass sie bewusst für Raum und Zeit sorgen, um sich ungestört zu zweit auch mal wieder als Liebespaar zu erleben.

Umgekehrt tun Sie gut daran, wenn Sie auch Ihrem Kind – natürlich seiner Entwicklung entsprechend – ausreichend Zeit und Raum lassen, ohne elterliche Kontrolle für sich oder mit Freundinnen und Freunden zusammen zu sein.

Auch das Lernen im Bereich des Geschlechtlichen vollzieht sich meistens in zwei Schritten: Zunächst wird beobachtet, dann wird nachgeahmt. Oft erfolgt die Imitation sehr übertrieben. Das Kind übt Verhaltensweisen häufig in äußerst extremer Form. Mädchen werden zu Püppchen, Jungen zu Cowboys. Eltern erschrecken dann manchmal und befürchten, ihr Kind werde nun „affig“ oder „mackerhaft“. Sorgen Sie sich nicht allzu sehr: Es geht dem Kind darum, sich in die Rolle einzufühlen und sie in der Übersteigerung

zu spüren. Damit genießt das kleine Mädchen bzw. der kleine Junge auch den Hauch von Erwachsensein, der in der Rolle steckt – es tut z. B. einfach gut, als kleiner, meistens unterlegener Kerl mal „echt hart drauf zu sein“.

Manchmal experimentieren die Kinder auch mit der Gegenrolle, was gerade bei Jungen misstrauisch beäugt wird. Auch wenn es Ihnen gegen den Strich geht: Lassen Sie Ihrem Sohn die rot lackierten Fingernägel und den Rock, und zwar auch über ein paar Stunden hinaus. Irgendwann hört er von selbst damit auf!

## Was ist, wenn die Familie nicht komplett ist?



Bisher ist an verschiedenen Stellen betont worden, wie wichtig beide Elternteile für das Kind sind, um partnerschaftliche Körperlichkeit und Zärtlichkeit miterleben, Männlichkeit am Vater und Weiblichkeit an der Mutter studieren zu können, um das beobachtete Verhalten dann nachzuahmen und von beiden Geschlechtern Rückmeldung darauf zu erhalten. Insofern machen sich diejenigen, die ihr Kind allein erziehen, vielleicht Sorgen, welche Folgen die Tatsache eines fehlenden Elternteils für die psychische Entwicklung des Kindes hat.

Wer allein erziehend ist, wird bestätigen, dass dies eine belastende Aufgabe ist. Sie wird umso belastender, je stärker der Anspruch besteht, auch die Rolle des fehlenden Partners zu übernehmen. Gerade im Blick auf die geschlechtlichen Besonderheiten stellt es eine glatte Überforderung dar, als allein erziehende Mutter beispielsweise dem Kind den fehlenden Vater ersetzen zu wollen. Selbst wenn Sie sehr geschickt sind, bleiben ganz viele Besonderheiten eines Vater-Sohn- oder Vater-Tochter-Verhältnisses bestehen, die von einer Frau nicht übernommen werden können. Dies gilt umgekehrt gleichermaßen für einen allein erziehenden Vater. Dabei geht es nicht um **biologische Vaterschaft** oder Mutterschaft, sondern um die **soziale,** also darum, ob es einen Mann bzw. eine Frau gibt, der/die zu dem Kind eine innige emotionale Beziehung hat und sich regelmäßig mit dem Mädchen bzw. Jungen beschäftigt.



Insofern ist es wünschenswert, wenn bei einer Trennung möglichst der andere Elternteil für das Kind so intensiv wie möglich erhalten bleibt. Wenn dies nicht machbar ist, sollte der allein erziehende Erwachsene darum bemüht sein, dem Kind Gelegenheiten zur näheren Begegnung mit dem anderen Geschlecht zu verschaffen. Das können gute Freunde bzw. Freundinnen sein, Geschwister, auch die eigenen, oder Schwiegereltern, an denen das Kind im engen Kontakt erleben kann, wie sich erwachsene Frauen und Männer verhalten, wie sie (nackt) aussehen und wie man als Kind mit ihnen umgehen kann.

# Literatur

**Für Mütter und Väter, die sich intensiver mit einzelnen Aspekten der Sexualerziehung beschäftigen möchten, sind folgende Bücher zu empfehlen:**

**Marcella Barth/Ursula Markus:**
**Zärtliche Eltern. Gelebte Sexualerziehung durch Zärtlichkeit, Sinnesnahrung, Körpergefühl, Bewegung.**
**Verlag Pro Juventute: Zürich 1984**

Dieses sehr liebevoll und sinnlich gestaltete Buch enthält (manchmal mit schweizerischer Besonderheit) viele Anregungen, wie Sie die Wahrnehmungsfähigkeit Ihres Kindes für seinen Körper, seine Empfindungen und Bedürfnisse gerade im Kleinkindalter fördern können.

**Frederick Leboyer: Sanfte Hände.**
**Die traditionelle Kunst der indischen Baby-Massage.**
**Kösel-Verlag: Kempten 1979**

Alle Eltern, die sich eingehend mit der Technik von Baby-Massagen und deren Begründung beschäftigen wollen, sollten dieses Buch zur Hand nehmen.



**Heidi Kaiser: So sag ich's meinem Kinde.**
**Zärtlichkeit und Schmusen, Liebe und Sexualität.**
**Fotos von Peter Dammann.**
**Rowohlt Taschenbuch Verlag: Reinbek bei Hamburg 1990**

Die Autorin behandelt zum einen anhand von praktischen Beispielen viele theoretische Aspekte der Sexualerziehung im Elternhaus. Zum anderen macht sie vielfältige Spielvorschläge zur Körperentdeckung („Spiele für alle fünf Sinne").

**Helmut Kentler: Eltern lernen Sexualerziehung.**
**Rowohlt Taschenbuch Verlag: Reinbek bei Hamburg 1975**

Dieses Buch ist schon sehr lange auf dem Markt, hat aber in seiner pädagogischen Grundhaltung zur Sexualität von Kindern und Jugendlichen nichts von seiner Aktualität verloren.

**Karin Mönkemeyer:**
**Kindliche Sexualität heute.**
**abus, Konflikte, Lösungen.**
**Beltz-Verlag: Weinheirn 1993**

In diesem Erziehungsratgeber werden sehr gut lesbar und einfühlsam Fragen von Eltern beantwortet, die Kinder von der Geburt bis zur Vorpubertät haben.

**Cornelia Nitsch u. a.:**
**Sexualität im Familienalltag.**
**Mosaik: München 1992**

Dieser Elternratgeber ist nicht ausschließlich auf die Kindheit ausgerichtet, sondern beschäftigt sich mit Fragen der Sexualität während der gesamten Erziehungszeit.
Der Schwerpunkt liegt auf den Konsequenzen, die aus dem Elternwerden und der Elternrolle für die Erwachsenen resultieren.

**Liebhaben, Schmusen, Doktorspiele**

Außerdem gibt es einen kleinen, sehr informativen **Elternbrief** (Nr. 29) von 15 Seiten, den man beziehen kann bei:

Bundesvereinigung Evangelischer Tageseinrichtungen für Kinder e.V., Stafflenbergstr. 76, 70184 Stuttgart, Tel.: 0711/2159-270.

**Die Elternbriefe des Arbeitskreises Neue Erziehung e.V.**

Die Briefe werden in manchen Bundesländern an Eltern verteilt.
Sie beschäftigen sich in einigen Nummern dezidiert mit Themen der Sexualerziehung: Nr. 8, 17, 22, 29, 39.
Sie sind zu beziehen über:
Arbeitskreis Neue Erziehung e.V. für Familie, Schule und Gesellschaft, Markgrafenstr. 11, 10969 Berlin, oder
das örtliche Jugendamt.

Und schließlich gibt es ein großes Angebot von Büchern, die Anregungen für Fingerspiele mit kleinen Kindern geben.

# empfehlungen

## Die Bilderbücher für Kinder zum Thema Sexualität:

**Wolf Erlbruch:**
**Das Bärenwunder.**
**Peter Hammer, Wuppertal 1996**

Ein kleiner Bär begibt sich in dieser liebevoll bebilderten Geschichte bei verschiedenen Tieren auf die Suche nach einer Antwort auf seine Frage, woher die kleinen Bären kommen.

**Werner Holzwarth/Wolf Erlbruch:**
**Vom kleinen Maulwurf, der wissen wollte, wer ihm auf den Kopf gemacht hat.**
**Peter Hammer, Wuppertal 1989**

Diese wunderschön bebilderte Geschichte beschäftigt sich mit dem Interesse und der Lust an den eigenen Ausscheidungen.

## Kinderbücher zur Prävention sexuellen Missbrauchs, die auch als Malbücher erhältlich sind:

**Marion Mebes: Kein Anfassen auf Kommando.**
**Mit Zeichnungen von Lydia Sandrock.**
**Donna Vita: Berlin 1991**

**Marion Mebes: Kein Küsschen auf Kommando.**
**Mit Zeichnungen von Lydia Sandrock.**
**Donna Vita: Berlin 1994**





Diese Broschüre informiert Sie, wie Sie Ihr Kind beim Entdecken seines Körpers, bei der Erfahrung seiner sinnlichen Fähigkeiten und seiner Sexualität unterstützen können. Sie beinhaltet die Darstellung der psychischen und geschlechtlichen Entwicklung ihres Kindes und beispielhafte Situationen in den verschiedenen Altersphasen. Darüber hinaus werden ausführliche Hinweise gegeben, wie Sie als Eltern auf die Fragen Ihrer Kinder reagieren können und es in seiner Beziehungs- und Liebesfähigkeit, aber auch in seiner Identität als Mädchen oder Junge fördern können.

Die BZgA ist eine Behörde des Bundesministeriums für Gesundheit. Die Abteilung Sexualaufklärung, Verhütung und Familienplanung vertritt einen ganzheitlichen Ansatz, der alle Aspekte der Körpererfahrung von frühester Kindheit an berücksichtigt. Das bedeutet auch, dass alle Gruppen mit einbezogen werden, also Kinder, Eltern, Erzieher und Erzieherinnen.

Wenn Sie mehr über die Angebote der BZgA wissen möchten, schreiben Sie bitte an

**Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)**
**Ostmerheimer Straße 220**
**51109 Köln**

**Telefon 0221/8992-0**
**Telefax 0221/8992-257**

Im Internet finden Sie uns unter
**http://www.bzga.de** oder unter
**http://www.sexualaufklaerung.de**




Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung